Click Here

Ficha bibliografica del libro inteligencia emocional de daniel goleman

La inteligencia emocional es un concepto desarrollado por el psicólogo y escritor Daniel Goleman, quien ha dedicado gran parte de su carrera a estudiar la importancia de las emociones en nuestras vidas y su impacto en nuestro bienestar y éxito. En este artículo, exploraremos qué es la inteligencia emocional según Goleman y cómo citar sus obras utilizando el formato APA.Table La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y gestionar nuestras propias emociones y las de los demás. Según Goleman, esta habilidad es fundamental para nuestro desarrollo personal y profesional, ya que nos permite tomar decisiones más acertadas, establecer relaciones más saludables y enfrentar los desafíos de la vida de manera más efectiva.La inteligencia emocional se compone de cinco elementos clave: Autoconciencia: La capacidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones. Autorregulación: La habilidad de controlar y gestionar nuestras emociones de manera adecuada. Motivación: La capacidad de dirigir nuestras emociones hacia metas y objetivos significativos. Empatía: La capacidad de comprender y responder a las emociones de los demás. Habilidades sociales: La capacidad de establecer y mantener relaciones saludables y efectivas.La contribución de Daniel GolemanDaniel Goleman es considerado uno de los pioneros en el estudio y difusión de la inteligencia emocional. En su libro inteligencia emocional publicado en 1995, Goleman expone de manera detallada los fundamentos de este concepto y su importancia en diferentes áreas de la vida.Según Goleman, la inteligencia emocional puede ser desarrollada a lo largo de la vida a través de la práctica y el aprendizaje. Además, sostiene que esta habilidad es incluso más importante que el coeficiente intelectual (CI) tradicional a la hora de predecir el éxito en diferentes ámbitos, como el laboral, académico y personal.Cita APA de la obra de Daniel GolemanSi deseas citar la obra de Daniel Goleman sobre inteligencia emocional en formato APA, debes seguir las siguientes pautas: Libro: Apellido, Inicial del nombre. (Año). Título del libro. Ciudad, País: Editorial. Ejemplo: Goleman, D. (1995). Inteligencia emocional. Barcelona, España: Kairós. Artículo: Apellido, Inicial del nombre. (Año). Título del artículo. Título de la revista, Volumen(Número), Páginas. Ejemplo: Goleman, D. (1998). What makes a leader? Harvard Business Review, 76(6), 93-10Recuerda utilizar cursivas para el título del libro o revista y la primera letra del título en mayúscula. Además, es importante incluir la fecha de publicación, el número de volumen y las páginas correspondientes.Consultas habituales sobre la inteligencia emocional según Daniel GolemanDesarrollar la inteligencia emocional puede tener numerosos beneficios, como una mayor capacidad de manejar el estrés, una mejor toma de decisiones, relaciones más saludables y satisfactorias, mayor resiliencia frente a los desafíos y mayor éxito en diferentes áreas de la vida.¿Es posible desarrollar la inteligencia emocional?Sí, según Goleman, la inteligencia emocional puede ser desarrollada a lo largo de la vida a través de la práctica, el aprendizaje y la adquisición de nuevas habilidades emocionales.¿Cuál es la importancia de la inteligencia emocional en el ámbito laboral?La inteligencia emocional es especialmente relevante en el ámbito laboral, ya que está relacionada con el liderazgo efectivo, la toma de decisiones acertadas, la gestión del estrés y la capacidad de establecer relaciones saludables con colegas y clientes.La inteligencia emocional, según Daniel Goleman, es una habilidad fundamental para nuestro desarrollo personal y profesional. Reconocer, comprender y gestionar nuestras emociones, así como las de los demás, nos permite tomar decisiones más acertadas, establecer relaciones más saludables y enfrentar los desafíos de la vida de manera más efectiva. Citando las obras de Goleman según el formato APA, podemos respaldar nuestras investigaciones y proporcionar crédito al autor por sus contribuciones en este campo.Si quieres conocer otras notas parecidas a La inteligencia emocional según Daniel Goleman: Cita APA puedes visitar la categoría Inteligencia emocional. Imagen 1 de El Coeficiente de Inteligencia (CI) ¿determina nuestro destino? Mucho menos de lo que pensamos. En este fascinante y persuasivo libro, Daniel Goleman sostiene que nuestra visión de la inteligencia humana es estrecha, pues soslaya un amplio abanico de capacidades esenciales para la vida. Soslaya lo que él llama inteligencia emocional.Apoyándose en la más moderna investigación sobre el cerebro y la conducta, el autor explica por qué personas con un elevado coeficiente intelectual fracasan en sus empresas vitales, mientras que otras con un CI más modesto triunfan clamorosamente. La inteligencia emocional es una forma de interacción con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social.El déficit de inteligencia emocional repercute en mil aspectos de la vida cotidiana, desde problemas matrimoniales hasta trastornos de salud. El descuido de la inteligencia emocional puede arruinar muchas carreras y, en el caso de niños y adolescentes, conducir a la depresión, trastronos alimentarios, agresividad, delincuencia. Ahora bien, todos podemos fomentar y robustecer nuestra inteligencia emocional, y el autor nos proporciona una amplia y detallada guía para conseguirlo. Basándose en la forma en que los niños aprenden a modelar sus circuitos cerebrales, Goleman nos enseña también un programa pedagógico para el desarrollo integral del ser humano. El futuro no está escrito en ninguna parte; la inteligencia emocional no es un parámetro fijado desde el momento del nacimiento: cabe desarrollarla, cuidarla, fomentarla.Inteligencia emocional se ha convertido, desde su aparición en los Estados Unidos, en un best-seller mundial. Ofrece una nueva visión de la excelencia y supone un importante hito para un enfoque más amplio de la inteligencia humana. El Coeficiente de Inteligencia (CI) ¿determina nuestro destino? Mucho menos de lo que pensamos. En este fascinante y persuasivo libro, Daniel Goleman sostiene que nuestra visión de la inteligencia humana es estrecha, pues soslaya un amplio abanico de capacidades esenciales para la vida. Soslaya lo que él llama inteligencia emocional.Apoyándose en la más moderna investigación sobre el cerebro y la conducta, el autor explica por qué personas con un elevado coeficiente intelectual fracasan en sus empresas vitales, mientras que otras con un CI más modesto triunfan clamorosamente. La inteligencia emocional es una forma de interacción con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social.El déficit de inteligencia emocional repercute en mil aspectos de la vida cotidiana, desde problemas matrimoniales hasta trastornos de salud. El descuido de la inteligencia emocional puede arruinar muchas carreras y, en el caso de niños y adolescentes, conducir a la depresión, trastronos alimentarios, agresividad, delincuencia. Ahora bien, todos podemos fomentar y robustecer nuestra inteligencia emocional, y el autor nos proporciona una amplia y detallada guía para conseguirlo. Basándose en la forma en que los niños aprenden a modelar sus circuitos cerebrales, Goleman nos enseña también un programa pedagógico para el desarrollo integral del ser humano. El futuro no está escrito en ninguna parte; la inteligencia emocional no es un parámetro fijado desde el momento del nacimiento: cabe desarrollarla, cuidarla, fomentarla.Inteligencia emocional se ha convertido, desde su aparición en los Estados Unidos, en un best-seller mundial. Ofrece una nueva visión de la excelencia y supone un importante hito para un enfoque más amplio de la inteligencia humana. El Coeficiente de Inteligencia (CI) ¿determina nuestro destino? Mucho menos de lo que pensamos. En este fascinante y persuasivo libro, Daniel Goleman sostiene que nuestra visión de la inteligencia humana es estrecha, pues soslaya un amplio abanico de capacidades esenciales para la vida. Soslaya lo que él llama inteligencia emocional.Apoyándose en la más moderna investigación sobre el cerebro y la conducta, el autor explica por qué personas con un elevado coeficiente intelectual fracasan en sus empresas vitales, mientras que otras con un CI más modesto triunfan clamorosamente. La inteligencia emocional es una forma de interacción con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social.El déficit de inteligencia emocional repercute en mil aspectos de la vida cotidiana, desde problemas matrimoniales hasta trastornos de salud. El descuido de la inteligencia emocional puede arruinar muchas carreras y, en el caso de niños y adolescentes, conducir a la depresión, trastronos alimentarios, agresividad, delincuencia. Ahora bien, todos podemos fomentar y robustecer nuestra inteligencia emocional, y el autor nos proporciona una amplia y detallada guía para conseguirlo. Basándose en la forma en que los niños aprenden a modelar sus circuitos cerebrales, Goleman nos enseña también un programa pedagógico para el desarrollo integral del ser humano. El futuro no está escrito en ninguna parte; la inteligencia emocional no es un parámetro fijado desde el momento del nacimiento: cabe desarrollarla, cuidarla, fomentarla.Inteligencia emocional se ha convertido, desde su aparición en los Estados Unidos, en un best-seller mundial. Ofrece una nueva visión de la excelencia y supone un importante hito para un enfoque más amplio de la inteligencia humana. Traducción: David González RagaColección: EnsayoRef.: 299Libro impresoISBN: 9788472453715Páginas: 520Tamaño: 20 x 13Libro digitalISBN: 9788472457874Formato: epubDRM: Sin ¡Gracias por su participación!